

VEGANE APFELTASCHEN

20 MIN

ZUBEREITUNGSZEIT



38 MIN

GESAMTZEIT

Zutaten für 30 vegane Apfeltaschen

Für den Teig

- 600 g Dinkelmehl
- 100 g Dinkelvollkornmehl
- 500 g Margarine
- 42 g frische Hefe (1 Würfel)
- 5 EL Zucker
- 4 EL Hafermilch
- 1 Prise Salz

Für die Apfelfüllung

- 3 Äpfel
- 1 Päckchen Vanillepuddingpulver
- 350 ml Wasser
- 1 EL Zucker
- 1 Päckchen Bourbon-Vanillezucker
- 1 EL Zitronensaft
- 1 TL Zimt

Für die Deko

- 125 g Puderzucker
- 2 EL Zitronensaft

Zubereitung:

1. Erwärme die Hafermilch auf max. 37 Grad. Löse Hefe, Zucker und Salz darin auf. Gib die Hefemilch mit Margarine und Mehl in eine Schüssel und knete sie zu einem Kloß. Wickel den Teig in ein sauberes Geschirrtuch und lege es in einen Topf mit kaltem Wasser. Stelle den Topf in den Kühlschrank und lass den Teig dort 2 Stunden ruhen.
2. Schäle die Äpfel und schneide sie in kleine Würfel. Gib sie mit Zitronensaft, Zimt, Vanillezucker und 250 ml Wasser in einen Topf. Koche sie auf. Verrühre das Vanillepuddingpulver mit Zucker und 100 ml Wasser. Gieße es zu den Apfelstücken und lass die Apfelfüllung eine Minute unter Rühren aufkochen. Lass sie danach abkühlen.



3. Teile den Teig in 2 Teile und knete ihn nochmal mit etwas Mehl durch. Rolle ihn aus und schneide ihn in kleine Quadrate. Gib einen Klecks Apfelfüllung auf jedes Quadrat und verschließe sie zu Dreiecken.
4. Drücke die Ränder mit einer Gabel gut an.
5. Heize den Ofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vor. Lege die veganen Apfeltaschen auf ein mit Backpapier belegtes Blech. Backe sie 16 Minuten goldbraun.
6. Verrühre den Puderzucker mit Zitronensaft und streiche die Apfeltaschen damit ein.

Nährwerte pro Portion: 243 kcal | KH 26,2 g | E 3 g | F 13,9 g



Ein Rezept von Familienkost.de



Besuch uns gern wieder auf **familienkost.de** und stöbere in unserem **Shop**.